

INTISARI

Latar Belakang: Sindrom Premenstruasi masih menjadi masalah pada remaja putri. Sindrom Premenstruasi sendiri diduga disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya Status Gizi (IMT), Aktivitas Fisik, Usia, dan tingkat pendidikan.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara berat badan lebih dan aktivitas fisik terhadap kejadian Pre Menstruasi Sindrom (PMS).

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional* pada 166 siswi SMAN 11 Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada Mei 2017-Desember 2017. Aktifitas fisik remaja putri diukur dengan *General Practice Physical Activity Questionnaire* (GPPAQ) sedangkan derajat PMS diukur dengan *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF).

Hasil Penelitian: Hasil analisis statistik dengan *Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variable berat badan lebih (IMT) dan Aktivitas fisik terhadap kejadian variable derajat PMS ($P>0,05$). Terdapat hubungan yang signifikan antara variable kelas dengan derajat PMS ($P=0,004$). Hasil uji multivariate dengan regresi logistic didapatkan bahwa variable kelas merupakan variable yang paling berpengaruh terhadap derajat PMS ($P=0,12$; $OR:14,786$).

Kesimpulan: Variabel berat badan lebih (IMT) dan aktifitas fisik tidak mempunyai hubungan yang signifikan terhadap derajat PMS pada remaja putri SMAN 11 Yogyakarta.

Kata Kunci: *Sindrom Premenstruasi, Remaja putri, Aktivitas, IMT*

ABSTRACT

Background: Premenstrual syndrome is still a problem in young women. Premenstrual syndrome itself is thought to be caused by several factors including Nutritional Status (BMI), Physical Activity, Age, and education level.

Objective: To examine the relationship between over weight and physical activity on the occurrence of Pre Menstrual Syndrome (PMS).

Methods: This research was an observational analytic study with cross sectional design in 166 11 Yogyakarta senior high school students. The research was conducted in May 2017-December 2017. Physical activity of adolescent girls was measured by General Practice Physical Activity Questionnaire (GPPAQ) while PMS degree was measured by Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF).

Result: The result of statistical analysis with Chi-Square shows that there was no significant correlation between over weight (BMI) and Physical Activity variable toward PMS ($P > 0.05$). There is a significant relationship between class variables with the degree of PMS ($P = 0.004$). Multivariate test result with logistic regression was found that class variable was the most influential variable to PMS degree ($P = 0,12$; OR: 14,786).

Conclusion: variable over weight and Physical Activity have no significant relation on the degree of PMS in adolescent girls SMAN 11 Yogyakarta.

Keywords: Premenstrual syndrome, Young women, Activity, BMI